

## Representasi Dampak Psikologis Trauma dan Perlawanan melalui Karakter Sahir Pada Film Dhoom 3

<sup>1</sup>Diva Arlinda Dwi Ariyani, <sup>2</sup>Erindah Dimisqiyani, <sup>3</sup>Amaliyah <sup>4</sup>Gagas Gayuh Aji,  
<sup>5</sup>Rizky Amalia Sinulingga

Manajemen Perkantoran Digital, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga, Surabaya,  
Indonesia

Corresponding author: [amaliyah@vokasi.unair.ac.id](mailto:amaliyah@vokasi.unair.ac.id)  
E-mail: [diva.arlinda.dwi-2023@vokasi.unair.ac.id](mailto:diva.arlinda.dwi-2023@vokasi.unair.ac.id)

### ABSTRAK

Trauma masa kecil dan konflik batin memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan kepribadian dan perilaku seseorang, yang dapat menyebabkan perilaku destruktif. Namun, tidak semua orang yang mengalami traumatis atau konflik batin akan menunjukkan perilaku destruktif, terutama jika penanganannya dilakukan secara efektif dan tepat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak trauma masa kecil, konflik batin, dan pembentukan identitas melalui film *Dhoom 3* (2013). Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif, dengan menganalisis data primer berupa elemen cerita, dialog, dan ekspresi visual dari film, serta data sekunder dari literatur terkait trauma dan representasi media. Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakter Sahir dipengaruhi oleh trauma masa kecil yang berakar pada ketidakadilan yang dialami ayahnya, sehingga memotivasinya untuk melakukan serangkaian perampokan bank sebagai bentuk perlawanan. Di samping itu, konflik batin Sahir memunculkan identitas ganda sebagai bentuk perlindungan diri. Film ini juga menggambarkan bagaimana trauma dapat mengubah pandangan terhadap keadilan dan moralitas, dimana tindakan destruktif dipandang sebagai wujud keadilan subjektif. Dampak psikologis tersebut menegaskan pentingnya mengelola konflik intrapersonal dan trauma secara konstruktif untuk mencegah perilaku maladaptif. Sebagai media pendidikan, film *Dhoom 3* berkontribusi sebagai media edukatif dalam meningkatkan pemahaman publik terhadap isu kesehatan mental, yang sejalan dengan tujuan *Sustainable Development Goals (SDGs)* mengenai kesehatan dan kesejahteraan serta perdamaian dan keadilan.

**Kata kunci :** Trauma Masa Kecil, Kesehatan Mental, Identitas Ganda, Film, Dhoom 3, SDGs

### ABSTRACT

*Childhood trauma and inner conflict have a significant influence on the formation of a person's personality and behaviour, which can lead to destructive behaviour. However, not everyone who experiences trauma or inner conflict will exhibit destructive behaviour, especially if it is handled effectively and appropriately. This study aims to analyse the impact of childhood trauma, inner conflict, and identity formation through the film *Dhoom 3* (2013). The research method used is a descriptive qualitative approach, analysing primary data in the form of story elements, dialogue, and visual expressions from the film, as well as secondary data from literature related to trauma and media representation. The results of the study show that Sahir's character was influenced by childhood trauma rooted in the injustice experienced by his father, motivating him to carry out a series of bank robberies as a form of resistance. In addition, Sahir's inner conflict gave rise to a dual identity as a form of self-protection. The film also illustrates how trauma can alter one's perspective on justice and morality, where destructive actions are perceived as a form of subjective justice. These psychological impacts emphasise the importance of constructively managing intrapersonal conflicts and trauma to prevent maladaptive behaviour. As an educational medium, the film *Dhoom 3* contributes to increasing public understanding of mental health issues, which is in line with the Sustainable Development Goals (SDGs) on health and well-being, peace and justice.*

**Keyword :** Childhood Trauma, Mental Health, Dual Identity, Film, Dhoom 3, SDGs

## 1. PENDAHULUAN

Psikologi merupakan cabang ilmu pengetahuan yang mempelajari secara mendalam tentang perilaku, pola pikir, dan emosi manusia dalam menghadapi berbagai kondisi kehidupan yang kompleks (Andriyani, 2019). Berbagai dinamika psikologis, seperti trauma, kecemasan, stres berkepanjangan, hingga konflik batin yang mendalam, memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap pembentukan kepribadian dan tindakan seseorang. Aspek ini menjadi dasar utama dalam pembentukan pola pikir dan tindakan seseorang, yang mempengaruhi cara mereka berinteraksi dan beradaptasi dalam lingkungan sosialnya. Pemahaman terhadap dampak psikologis tersebut tidak hanya relevan dalam konteks klinis, yang berfokus pada diagnosis dan terapi, tetapi juga sangat diperlukan untuk memahami berbagai fenomena sosial yang muncul dalam masyarakat luas.

Kondisi psikologis sering kali menjadi penggerak utama dibalik perilaku manusia, yang dapat bersifat adaptif dan konstruktif maupun destruktif. Perilaku adaptif muncul ketika seseorang mampu menghadapi tekanan hidup dengan ketangguhan, belajar dari pengalaman sulit, dan mengembangkan mekanisme *coping* yang sehat, sehingga mendorong pertumbuhan pribadi dan meningkatkan kesejahteraan. Sebaliknya, jika tekanan mental tidak dikelola dengan baik, hal itu dapat berpotensi melahirkan respons negatif, seperti perilaku yang merugikan diri sendiri atau orang lain, kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial, hingga melakukan tindakan kriminal sebagai bentuk pelarian emosional. Perilaku merugikan ini juga dapat timbul akibat ketidakseimbangan spiritual yang memicu tindakan menyimpang (Ayunira, 2025).

Dalam dinamika psikologis, konflik menjadi bagian tak terpisahkan dari pengalaman manusia, baik itu konflik intrapersonal (dalam diri) maupun

interpersonal (antar individu). Konflik intrapersonal seringkali muncul dari pertentangan nilai, keinginan, atau kebutuhan yang tidak selaras, sementara konflik interpersonal melibatkan perbedaan pandangan atau tujuan antara pihak. Manajemen konflik adalah proses sistematis untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan menyelesaikan perbedaan atau perselisihan secara konstruktif, dengan tujuan mencapai hasil yang saling menguntungkan atau setidaknya meminimalkan kerugian. Pendekatan ini berfokus pada mekanisme penyelesaian konflik melalui perencanaan, pengorganisasian, dan pengendalian pihak-pihak yang terlibat dengan menggunakan berbagai metode dan tindakan (Khovivah et al., 2024). Kemampuan untuk mengelola konflik secara efektif menjadi indikator penting dari kematangan psikologis dan adaptasi sosial seseorang. Pendekatan yang konstruktif terhadap konflik dapat menghasilkan solusi inovatif dan memperkuat hubungan, sedangkan penanganan yang buruk dapat memperburuk masalah dan memicu perilaku destruktif. Oleh karena itu, pemahaman tentang bagaimana individu menghadapi dan menyelesaikan konflik sangat krusial dalam menganalisis perilaku manusia, terutama ketika konflik tersebut berakar pada trauma mendalam yang belum terselesaikan.

Media memiliki peran penting sebagai sarana utama dalam menggambarkan dan merepresentasikan kondisi psikologis manusia. Di antara berbagai bentuk media, film menjadi sebuah medium yang efektif dalam menyampaikan pesan melalui perpaduan gambar, suara, dan simbol-simbol yang terkandung di dalamnya (Guatri, 2023). Sebagai bentuk karya seni sekaligus hiburan, film memiliki kemampuan unik dalam menyampaikan pesan emosional yang kompleks melalui narasi yang kuat, pengembangan karakter yang mendalam, serta penggunaan simbol visual yang

bermakna. Menurut Sinaga (2023), film tidak hanya sekadar berfungsi sebagai alat hiburan, melainkan juga berfungsi sebagai media ekspresi budaya yang mencerminkan pengalaman dan realitas kehidupan manusia secara menyeluruh. Melalui film, berbagai aspek psikologis seperti konflik batin, trauma masa lalu, dan pergulatan identitas dapat divisualisasikan secara dramatis dan menyentuh, sehingga memungkinkan penonton untuk lebih mudah mengidentifikasi dan memahami kondisi psikologis yang dialami oleh tokoh-tokohnya. Dengan demikian, film dapat dipandang sebagai ruang observasi yang sangat efektif dan relevan untuk mengkaji serta menelaah fenomena-fenomena psikologis yang kompleks dalam kehidupan manusia.

Film memiliki kemampuan dalam menghubungkan pengalaman fiksi dengan realitas yang dialami oleh penontonnya, sehingga dapat memicu refleksi mendalam mengenai kondisi mental dan emosional seseorang. Kemampuan ini menjadikan film sebagai sarana yang sangat efektif dalam pendidikan dan meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap berbagai isu psikologis. Dengan demikian, kisah yang divisualisasikan dalam film tidak hanya menghadirkan hiburan semata, melainkan juga sebagai media edukasi dan memberdayakan para penontonnya. Secara khusus, film yang menghadirkan pengalaman perjalanan yang unik dan inspiratif berperan penting dalam membantu penonton membangun makna serta identitas yang berkaitan dengan proses penemuan diri (Subhani, 2025).

Film *Dhoom 3* (2013), yang disutradarai oleh Vijay Krishna Acharya merupakan salah satu contoh menarik yang menggambarkan kompleksitas dinamika psikologis pada karakter utamanya, Sahir Khan. Film ini tidak hanya menyajikan aksi laga yang memukau dan intrik kriminal yang menegangkan, tetapi juga menggali

kedalaman psikologis yang membentuk motivasi dan perilaku karakter utamanya. Pengalaman traumatis yang dialami seseorang, terutama pada masa kecil, dapat memberikan dampak yang signifikan pada perkembangan psikologis dan perilaku di masa remaja maupun dewasa (Nurani, 2023). Hal ini sangat jelas terlihat pada karakter Sahir Khan dalam film tersebut. Sahir hidup dalam bayang-bayang trauma masa kecil yang berasal dari perlakuan tidak adil dan kehancuran yang dialami oleh ayahnya, Iqbal Haroon Khan, seorang pesulap yang dipermalukan. Trauma ini menjadi faktor utama yang membentuk identitas Sahir dan memicu perilaku destruktif, yang diekspresikannya melalui serangkaian tindakan perampokan bank. Tindakan kriminal yang dilakukannya bukan hanya sekadar kejadian biasa, melainkan sebuah upaya untuk mencari validasi sosial dan menebus kehormatan ayahnya melalui aksi-aksi berisiko tinggi yang penuh tantangan. Konflik batin antara keinginan melakukan perlawanan dan kebutuhan akan pengakuan menjadi inti perjalanan psikologis Sahir, mendorongnya pada tindakan ekstrim. Sahir terjebak dalam siklus trauma yang berulang, dimana masa lalunya terus mempengaruhi keputusan dan perilakunya di masa kini, menciptakan lingkaran perilaku destruktif yang sulit diputus.

Meskipun terdapat sejumlah penelitian mengenai trauma dan perilaku menyimpang dalam psikologi, kajian yang secara khusus mengupas representasi trauma masa kecil, konflik batin, dan pembentukan identitas melalui film *Dhoom 3* masih jarang ditemukan. Terlebih, pembahasan yang mengaitkan isu psikologis tersebut dengan kerangka global seperti *Sustainable Development Goals* (SDGs) juga belum banyak dilakukan. Film *Dhoom 3* memberikan kesempatan bagi penonton untuk memahami bagaimana luka psikologis membentuk perjalanan hidup dan

pengambilan keputusan seseorang, sekaligus menawarkan perspektif luas mengenai keterkaitan antara psikologi dan perilaku manusia. Dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana trauma masa lalu dapat mempengaruhi kesehatan mental dan emosional seseorang (Yusmi et al., 2025). Hal ini sejalan dengan nilai-nilai dalam SDGs, khususnya tujuan ketiga yang menekankan pentingnya kesehatan dan kesejahteraan, termasuk kesehatan mental, serta tujuan keenambelas yang fokus pada perdamaian, keadilan, dan penguatan lembaga. Kedua tujuan tersebut menegaskan pentingnya membangun sistem sosial yang adil untuk mencegah munculnya bentuk-bentuk ketidakadilan baru.

## 2. LANDASAN TEORI

Psikologi sebagai ilmu yang mempelajari perilaku, pikiran, dan emosi manusia dalam menghadapi kondisi kehidupan kompleks, memainkan peran krusial dalam memahami bagaimana dinamika seperti trauma, kecemasan, dan konflik batin dapat membentuk kepribadian serta interaksi sosial seseorang (Andriyani, 2019). Trauma psikologis, khususnya yang dialami pada masa kecil, merupakan respons emosional terhadap pengalaman yang menyakitkan seperti ketidakadilan atau kekerasan, yang dapat menimbulkan stres berlebih dan gangguan jangka panjang seperti gangguan stres *pasca-trauma* (PTSD), depresi, atau kecemasan (Anggadewi, 2020). Pemahaman terhadap hal ini sangat penting karena trauma tidak hanya memengaruhi kemampuan seseorang dalam beradaptasi, tetapi juga menjadi dasar utama dalam menganalisis fenomena sosial yang lebih luas, dimana pengalaman masa lalu seringkali memicu perilaku yang bersifat adaptif maupun destruktif, sebagaimana kondisi mental seringkali menjadi faktor utama tindakan

manusia dalam menghadapi tekanan kehidupan.

Dalam mengelola dampak trauma tersebut, manajemen konflik intrapersonal dan interpersonal menjadi kunci untuk mencegah eskalasi menjadi perilaku destruktif, yang didefinisikan sebagai tindakan merugikan diri sendiri atau orang lain, seperti agresi atau isolasi sosial (Putra & Wahyuni, 2023). Manajemen secara umum melibatkan proses terstruktur seperti perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, dan pengendalian sumber daya untuk mencapai efisiensi (Bahar et al., 2024), yang dalam konteks psikologi dapat diterapkan melalui teori kontingensi dan teori perilaku untuk menyesuaikan strategi *coping* sehat dengan kebutuhan seseorang, sehingga dapat mengurangi tekanan emosional akibat trauma. Pendekatan ini tidak hanya membantu proses pemulihan dari trauma, tetapi juga membangun kekuatan mental seseorang serta kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, di mana penanganan konflik yang baik menjadi indikator kematangan psikologis untuk mengubah potensi destruktif menjadi proses pertumbuhan konstruktif.

Representasi psikologis dalam media sosial dan film menjadi sarana efektif untuk memvisualisasikan trauma, konflik, dan perilaku destruktif, sehingga memungkinkan penonton merefleksikan realitas emosional secara mendalam (Guatri, 2023). Melalui narasi visual, simbol, dan dialog, media ini tidak hanya menghibur, tetapi juga memberikan edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bahwa film sebagai medium unik mampu menyampaikan pesan yang kompleks sekaligus memperdalam pemahaman mengenai fenomena psikologis. Dengan demikian, analisis terhadap representasi ini menjadi penting untuk meningkatkan kesadaran publik, mencegah stigma terkait trauma, dan menumbuhkan empati serta dukungan

sosial bagi seseorang yang mengalami gangguan mental, dengan media berperan sebagai ruang observasi yang menghubungkan dunia fiksi dengan pengalaman nyata.

### 3. METODOLOGI

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena yang dihadapi oleh subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan secara menyeluruh dengan menggunakan deskripsi verbal dalam konteks khusus alamiah (Ghassani & Nugroho, 2019). Pemilihan metode ini didasarkan pada kemampuannya dalam menggali makna yang terkandung dalam aspek naratif maupun visual yang merepresentasikan kondisi psikologis tokoh utama. Objek utama dalam penelitian ini adalah film *Dhoom 3* (2013) karya Vijay Krishna Acharya, dengan fokus pada karakter Sahir Khan sebagai representasi trauma masa kecil, konflik batin, dan pencarian identitas melalui perilaku destruktif. Selain itu, kehadiran karakter Samar, saudara kembar Sahir, juga menjadi bagian penting untuk dianalisis karena memperlihatkan dimensi lain dari dampak trauma, yaitu pembentukan identitas ganda sebagai mekanisme pertahanan diri. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya terbatas pada alur cerita dan aksi, melainkan juga mendalamai bagaimana dinamika psikologis divisualisasikan melalui ekspresi karakter dan simbol-simbol yang menyertainya.

Sumber data dalam penelitian ini terbagi menjadi dua kategori, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung dari film *Dhoom 3* melalui analisis mendalam yang meliputi pengamatan terhadap adegan, alur cerita, serta simbol-simbol visual yang berkaitan dengan fokus penelitian.

Sedangkan data sekunder merupakan informasi yang sudah tersedia dan dikumpulkan oleh pihak lain, seperti jurnal ilmiah, artikel, dan literatur yang membahas isu-isu terkait psikologi, trauma, konflik, manajemen konflik, serta representasi media dalam film (Haifa et al., 2025). Proses pengumpulan data dilakukan melalui observasi non-partisipan terhadap film *Dhoom 3*, di mana peneliti menelaah film dengan cara mencatat dialog, adegan, dan ekspresi visual yang menunjukkan trauma, konflik batin, dan mekanisme *coping* yang dijalani tokoh. Dokumentasi dilakukan dengan cara menyusun catatan terperinci dari hasil observasi, serta melengkapi dengan tangkapan layar adegan-adegan penting sebagai bahan analisis. Selain itu, studi pustaka digunakan untuk memperkaya pemahaman teoritis dan memberikan kerangka konseptual yang lebih kuat dalam menafsirkan data yang diperoleh dari film.

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan model Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi (Kase et al., 2023). Pada tahap reduksi data, peneliti memilih adegan-adegan yang paling relevan dengan tema trauma, konflik, perlawan, dan pembentukan identitas ganda. Selanjutnya, data yang telah direduksi dikategorikan ke dalam tema-tema psikologis seperti kecemasan, trauma, dan mekanisme *coping*, serta dinamika konflik baik intrapersonal maupun interpersonal. Setelah pengelompokan tema, peneliti melakukan interpretasi terhadap makna simbol dan narasi yang ditemukan, dengan menggunakan teori psikologi dan kajian media sebagai landasan analisis. Proses ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga bertujuan untuk menarik kesimpulan mengenai representasi trauma dan konflik dalam film serta bagaimana representasi tersebut mencerminkan realitas sosial

yang lebih luas. Dengan menggunakan metode ini, peneliti diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas dan komprehensif mengenai representasi psikologis trauma dan perlawanannya dalam film *Dhoom 3*.

## 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Film *Dhoom 3* menggambarkan karakter Sahir yang sangat dipengaruhi oleh pengalaman traumatis masa kecil akibat ketidakadilan yang dialami oleh ayahnya, Iqbal Haroon Khan. Trauma tersebut menjadi dorongan utama bagi Sahir untuk melakukan tindakan perlawanannya yang diwujudkan melalui serangan perampokan bank yang direncanakan dengan teliti dan penuh risiko. Dari pengamatan terhadap film *Dhoom 3*, terlihat bahwa trauma tersebut tidak hanya membentuk perilaku destruktif, tetapi juga berdampak mendalam pada kondisi psikologis Sahir, termasuk konflik batin dan pembentukan identitas ganda.

#### 1. Trauma Awal dan Pembentukan Motivasi Perlawanannya Sahir Kecil



**Gambar 1. Sahir kecil menyaksikan ayahnya dipermalukan (Menit ke 12:20)**

#### Dialog 1

Ayah Sahir: "Mereka tidak memberi kita kesempatan... Mereka menghancurkan kita."

Sahir kecil hanya menatap dengan wajah kosong dan air mata menetes di pipinya.

Adegan ini memperlihatkan Sahir kecil yang masih mengenakan kostum sirkus, sedang menatap kosong ke depan

saat menyaksikan ayahnya dipermalukan, hingga akhirnya ayahnya memutuskan untuk mengakhiri hidupnya. Peristiwa tersebut meninggalkan luka emosional yang sangat dalam bagi Sahir, seakan-akan hal tersebut menjadi pesan terakhir yang terus membekas selamanya dalam dirinya. Trauma ini kemudian menjadi dasar utama yang mendorong motivasi perlawanannya Sahir di masa dewasa.

#### 2. Manifestasi Perlawanannya melalui Perilaku Destruktif



**Gambar 2. Adegan perampokan pertama Sahir (Menit ke 15.40)**

#### Dialog 2

Sahir: "Aku tidak mencuri untuk uang, aku mencuri untuk membala... apa yang telah mereka lakukan pada ayahku."

"Mereka menghancurkan ayahku... aku harus membala...nya."

Di menit ke-15.40, Sahir tampil dengan sikap yang sangat tegas dan penuh kemarahan, yang terpancar jelas dari luka batin dan rasa sakit mendalam akibat ketidakadilan yang dialami ayahnya di masa lalu. Dalam setiap aksinya, Sahir menunjukkan tekad kuat yang bukan sekadar untuk memperoleh keuntungan materi, melainkan sebagai bentuk perlawanannya yang gigih terhadap institusi yang dianggapnya telah menghancurkan hidup keluarganya. Dalam dialognya, ia dengan tegas menyatakan, "Aku tidak mencuri untuk uang, aku mencuri untuk membala... apa yang telah mereka lakukan pada ayahku." Ekspresi wajah dan gerak tubuhnya yang penuh ketegasan dan kemarahan mendalam semakin memperkuat karakter Sahir sebagai sosok

yang didorong oleh rasa sakit dan keinginan kuat untuk menuntut keadilan.

### 3. Konflik Batin dan Pembentukan Identitas Ganda



**Gambar 3. Interaksi Sahir dengan Samar (Menit ke 02:09:24)**

#### Dialog 3

Sahir: "Kita adalah satu. Kita harus menyelesaikan apa yang telah dimulai."  
Samar (menunjukkan ekspresi cemas dan ragu, namun tetap patuh)

Film ini dengan cerdas menggambarkan konflik batin Sahir melalui sosok saudara kembarnya, Samar. Samar berfungsi sebagai representasi dari sisi Sahir yang lebih tenang dan penurut, namun tetap terikat oleh trauma yang sama. Dialog Sahir kepada Samar menunjukkan bagaimana ia menyalurkan dorongan untuk melakukan perlawanan melalui identitas ganda tersebut. Pembentukan identitas ganda ini merupakan mekanisme pertahanan diri Sahir dalam menghadapi beban psikologis akibat trauma yang berat.

#### Pembahasan

Film *Dhoom 3* secara jelas menunjukkan bahwa trauma yang dialami pada masa kecil berperan penting dalam membentuk dasar psikologis karakter Sahir sekaligus menjadi motivasi utama dibalik tindakannya dalam melakukan perlawanan. Luka batin yang dialami Sahir, terutama akibat ketidakadilan dan kehancuran yang menimpa ayahnya, menjadi sumber konflik batin yang terus membayangi hidupnya. Hal ini selaras dengan temuan Peterson et al. (2024) yang

menjelaskan bahwa dalam kerangka psikologi perkembangan, pengalaman masa kecil memiliki pengaruh signifikan dalam membentuk kepribadian dan pola perilaku seseorang. Trauma tersebut menimbulkan dorongan kuat untuk melakukan perlawanan sekaligus menyebabkan terpecahnya identitas dalam diri Sahir, yang tergambaran melalui sosok saudara kembarnya, Samar, sebagai representasi dari sisi lain kepribadiannya.

Perilaku destruktif yang ditunjukkan oleh Sahir melalui serangkaian perampokan bank mencerminkan konflik internal yang dialaminya serta sebagai bentuk perlawanan terhadap ketidakadilan yang dirasakannya. Dalam konteks psikologi, tindakan tersebut dapat dipahami sebagai mekanisme *coping* maladaptif yang muncul karena ketidakmampuan dalam mengelola trauma secara sehat (Musgrove et al., 2021). Siklus trauma yang berulang dan keterperangkapan dalam bayangan masa lalu menghambat proses pemulihan Sahir, sehingga mendorongnya untuk terus melakukan tindakan yang merugikan dirinya sendiri maupun orang-orang di sekitarnya.

Salah satu aspek psikologis yang menarik dalam film ini adalah pembentukan identitas ganda melalui sosok Samar, yang berperan sebagai mekanisme pertahanan diri Sahir. Identitas ganda ini memberikan ruang bagi Sahir untuk menjalankan misi perlawanan sekaligus menanggung beban emosional yang sangat berat, menggambarkan konflik intrapersonal yang kompleks di mana individu berusaha menyeimbangkan ketegangan antara kebutuhan emosional dan tuntutan realitas sosial. Keberadaan identitas ganda tersebut mencerminkan fragmentasi diri yang sering terjadi pada seseorang dengan trauma berat, yang pada akhirnya dapat memicu disosiasi sebagai bentuk perlindungan psikologis. Basso et al. (2023) mengungkapkan bahwa disosiasi

dapat bereaksi pada psikologis yang berfungsi melindungi diri dari rasa sakit emosional yang kuat. Selain itu, pencarian pengakuan dan pemberian melalui tindakan kriminal yang spektakuler menunjukkan bagaimana trauma memengaruhi cara Sahir memandang keadilan dan moralitas. Ia membenarkan tindakannya sebagai bentuk keadilan yang ditegakkan sendiri, menandakan adanya perubahan cara berpikir akibat trauma yang belum sembuh. Hal ini sesuai dengan pemahaman psikologis bahwa trauma dapat mengubah batasan moral seseorang dan mendorong perilaku yang melanggar norma sosial demi memenuhi kebutuhan emosional yang mendalam. Dengan demikian, tindakan kriminal Sahir bukan hanya sekedar bentuk perlawanan, tetapi juga usaha untuk mendapatkan pengakuan dan makna dalam hidupnya yang penuh luka.

Dalam konteks manajemen konflik, film *Dhoom 3* menekankan mengenai pentingnya pengelolaan konflik intrapersonal dan interpersonal secara efektif untuk mencegah perilaku maladaptif yang merugikan. Zhang et al. (2024) menyatakan bahwa pendekatan manajemen konflik yang adaptif berperan dalam mengurangi gejala depresi serta meningkatkan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, fungsi-fungsi manajemen seperti perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, dan pengendalian dapat diterapkan dalam konteks psikologis untuk membantu seseorang mengelola trauma dan konflik batin secara konstruktif. Secara keseluruhan, *Dhoom 3* bukan hanya menampilkan aksi yang seru dan menegangkan, tetapi juga memberikan gambaran yang menarik mengenai kompleksitas dampak psikologis dari trauma yang tidak terselesaikan. Representasi pengalaman traumatis dan perlawanan yang diperlihatkan melalui karakter Sahir mengajak penonton untuk merefleksikan pentingnya pemahaman dan penanganan trauma secara tepat dan bijaksana. Dalam

hal ini, film berfungsi sebagai media edukatif yang mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap isu kesehatan mental dan urgensi manajemen konflik melalui sebuah cerita (Wahid & Novianty, 2023). Hal ini sejalan dengan *Sustainable Development Goals* (SDGs), khususnya poin 3 tentang kesehatan dan kesejahteraan dan poin 16 mengenai perdamaian dan keadilan.

## 5. KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkap bahwa film *Dhoom 3* secara efektif mampu merepresentasikan dampak psikologis dari trauma masa kecil melalui karakter Sahir Khan, yang mengalami luka batin akibat ketidakadilan terhadap ayahnya. Trauma tersebut menjadi faktor utama yang mendorong perilaku destruktif Sahir, yang diwujudkan melalui serangkaian aksi perampokan bank sebagai bentuk perlawanan terhadap ketidakadilan tersebut. Konflik batin yang dialami Sahir juga menimbulkan pembentukan identitas ganda sebagai mekanisme pertahanan diri, yang berkontribusi pada isolasi emosional dan memperburuk kondisi psikologisnya secara keseluruhan.

Film ini secara tegas menekankan pentingnya pengelolaan konflik intrapersonal dan trauma secara konstruktif agar dapat mencegah munculnya perilaku maladaptif yang dapat merugikan seseorang maupun lingkungan sosial di sekitarnya. Selain itu, film *Dhoom 3* juga berperan sebagai media edukatif yang efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai isu kesehatan mental, terutama terkait dampak trauma masa kecil terhadap perkembangan psikologis dan perilaku sosial seseorang. Dengan demikian, film ini tidak hanya sekedar sebagai hiburan semata, tetapi juga memberikan kontribusi penting dalam membuka dialog publik tentang pentingnya dukungan psikologis dan

pemahaman yang lebih mendalam terhadap dampak trauma masa lalu.

## 6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini pastinya tidak lepas dari kontribusi dan bantuan dari berbagai pihak yang terlibat. Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan berharga selama proses penelitian, termasuk dukungan pendanaan yang sangat membantu dalam kelancaran pelaksanaannya. Saya juga mengucapkan terima kasih kepada kakak-kakak tingkat yang dengan sabar memberikan saran, bimbingan, dan dukungan langsung dalam menganalisis data maupun menyusun laporan, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan lebih baik. Terima kasih juga kepada teman-teman dan keluarga yang telah memberikan motivasi dan dukungan moral. Harapannya, penelitian ini mampu memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi dan kajian media. Atas segala kekurangan, mohon maaf yang sebesar-besarnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. (2019). Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37-55.
- Ayunira, L. M. (2025). Analisis Faktor-Faktor Penghambat Perkembangan Jiwa Keagamaan dan Implikasinya terhadap Perilaku Individu dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(1), 179-187.
- Khovivah, W. V., Sholehah, M., Saleh, M. A., Jamilah, A. U., & Mu'alimin,
- M. A. (2024). Definisi Konflik dan Pentingnya Manajemen Konflik dalam Pendidikan. *MASMAN Master Manajemen*, 2(4), 40-51.
- Guatri, G. (2023). Analisis Representasi Visual: Kajian Kekerasan Simbolik dalam Film. *Journal of Religion and Film*, 2(2), 293-312.
- Subhani, A., & Nurabrori, A. S. (2025). Peran Bioskop Sebagai Literasi Wisata dan Spesial: Pengalaman dan Pemahaman Mahasiswa Melalui Sinema. *SeBaSa*, 8(1), 287-310.
- Ghassani, A., & Nugroho, C. (2019). Pemaknaan rasisme dalam film (analisis resepsi film Get Out). *Jurnal Manajemen Maranatha*, 18(2), 127-134.
- Nurani, A. S. (2023). Memaknai Trauma Dalam Prespektif Jung Yeoul pada Buku Beauty of Trauma. 1-72.
- Haifa, N. M., Nabilla, I., Rahmatika, V., Hidayatullah, R., & Harmonedi, H. (2025). Identifikasi Variabel Penelitian, Jenis Sumber Data dalam Penelitian Pendidikan. *Dinamika Pembelajaran: Jurnal Pendidikan dan bahasa*, 2(2), 256-270.
- Yusmi, R., Shofiah, V., & Rajab, K. (2025). Pendekatan Psikologi Transpersonal Terapi SEFT Penyembuhan Luka Batin Inner Child dan Trauma Masa Lalu. *Jurnal Psikologi*, 2(3), 15-15.
- Andriyani, J. (2019, Desember). Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problem Psikologis. *Jurnal At-Taujih*, 2(2), 37-55.
- Anggadewi, B. E. T. (2020). Dampak psikologis trauma masa kanak-

- kanak pada remaja. *Solution: Journal of Counseling and Personal Development*, 2(2), 1-7.
- Tambrin, M. (2022). Implementasi Teori Psikologi Perkembangan dalam Pengembangan Metode Pembelajaran di Madrasah. *Adiba: Journal of Education*, 2(3), 374-385.
- Putra, A. A., & Wahyuni, E. (2023). Efektivitas Cognitif Behavior Therapy (CBT) untuk Mengurangi Perilaku Agresif Pada Remaja: Literature Review. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(10), 7954-7962.
- Lesmana, G., Pradisty, N., & Lubis, F. (2024). Konflik Interpersonal Individu Ditinjau Dari Intensitas Kepribadian. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan dan Riset*, 2(1), 25-29.
- Awalia, N. A., Alami, E., Nazilah, F., Amaliah, N., & Ruwanda, M. (2025). Penggunaan Media Film Untuk Meningkatkan Kemampuan Analisis Teks Siswa. *Journal of Instructional and Development Researches*, 5(3), 331-336.
- Kase, A. D., Sukiatni, D. S., & Kusumandari, R. (2023). Resiliensi remaja korban kekerasan seksual di Kabupaten Timor Tengah Selatan: Analisis Model Miles dan Huberman. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(2), 301-311.
- Pratama, R. Y. (2020). Fungsi-fungsi manajemen “POAC.”. *Universitas Jenderal Achmad Yani*, 2(4), 76-78.
- Bahar, T., Nasyifa, N., Fadhillah, A., & Mukhlasin, A. (2024). Peran Manajemen Organisasi Dalam Kemajuan Pendidikan. *Dinamika Pembelajaran: Jurnal Pendidikan Dan Bahasa*, 1(3), 284-300.
- Peterson, C. S., Zhu, Y., Germine, L. T., & Dunn, E. C. (2024). Associations between childhood trauma characteristics and theory of mind in adults: Results from a large, diverse sample. *Child Psychiatry & Human Development*, 55(3), 719-730.
- Musgrove, M. M. C., Cooley, A., Feiten, O., Petrie, K., & Schussler, E. E. (2021). To cope or not to cope? Characterizing biology graduate teaching assistant (GTA) coping with teaching and research anxieties. *CBE—Life Sciences Education*, 20(4)
- Basso, J. C., Satyal, M. K., McKee, K. L., Lynn, S., Gyamfi, D., & Bickel, W. K. (2024). Dissociation and other trauma symptomatology are linked to imbalance in the competing neurobehavioral decision systems. *Frontiers in Psychology*, 14.
- Zhang, Q., Lin, Y., Zhang, Y., & Yang, S. (2024). The influence of different conflict management styles on depressive symptoms in employees: the mediating role of emotional exhaustion. *Frontiers in Public Health*, 12, 1407220.
- Wahid, M. N., & Novianty, I. (2023). Produksi film pendek ‘tinta untuk bumi’ sebagai media edukasi dan inspirasi dalam pentingnya menjaga kelestarian lingkungan. *Jurnal Sains Terapan: Wahana Informasi dan Alih Teknologi Pertanian*, 13(2), 59-67.